



25-35 min

STYRK DIN GRUPPE

Her skal I sammen gå på opdagelse, i de styrker I hver især har valgt at arbejde med.



Formål

Formålet med øvelsen er, at eleverne går på opdagelse i hinandens fokusstyrker ved at arbejde med dem i forskellige små fysiske øvelser. En fokusstyrke er en topstyrke, som eleven har valgt at arbejde med at bruge mere og på nye måder. Eleverne skal i grupper lave en lille øvelse, som hører til elevernes fokusstyrker. Øvelsen er en god og sjov måde at øge elevernes forståelse for styrkerne og hinanden.



Øvelsesbeskrivelse

1. Inddel klassen i grupper, som er sammensat med elever, som har forskellige styrker.
2. Nu skal eleverne lave de øvelser, som hører til de fokusstyrker, eleverne har i gruppen hver især. Skemaet med øvelser til hver styrke kan findes under øvelsesvejledningen her.
3. Øvelsen er færdig, når gruppen har været igennem de øvelser, som hører til elevernes fokusstyrker.



Materialer

Udprintet skema med styrkeøvelser



Variationer

I kan evt. starte med at genopfriske klassens styrker ved at lave de små øvelser fra skemaet ud fra klassens topstyrker. Klassens topstyrker er de styrker, som I sammen har udvalgt i øvelsen 'Klassens styrker'.



Opmærksomhedspunkter

Vi anbefaler, at du udskriver skemaet med alle øvelserne til eleverne.